

Ancienne maison, nouvelle maison, notre maison



Chaque année, une famille sur cinq emménage dans une nouvelle maison. Le déménagement peut être à la fois excitant et triste, ce qui peut être une source de stress pour vous et vos enfants. Votre attitude aura une influence considérable sur l'attitude de vos enfants. Rassurez-les en leur disant qu'ils ne sont pas la cause de votre stress et cherchez des moyens de rendre le déménagement agréable.



Avant le déménagement

- Si possible, envisagez de retarder un déménagement après un événement bouleversant, tel qu'un décès ou un divorce dans la famille.
- Adoptez une attitude optimiste face au changement. Essayez de rester positif même si le déménagement n'est pas un choix mais une nécessité pour des raisons financières ou une mutation professionnelle non souhaitée.
- Parlez avec vos enfants de leur nouvelle maison. Répondez à leurs questions et encouragez-les à partager leurs préoccupations. Si possible, visitez la nouvelle maison et faites le tour du quartier avant le déménagement. Si c'est trop loin, montrez-leur des photos dans un livre ou sur un site Web.
- Rassurez les tout-petits et les enfants d'âge préscolaire en leur disant que la famille sera réunie dans la nouvelle maison, si c'est vrai.
- Lisez des livres d'enfants sur le thème du déménagement et jouez à un jeu de simulation de déménagement dans une nouvelle maison.



Le déménagement

- Encouragez les tout-petits et les enfants d'âge préscolaire à vous aider à emballer certaines affaires. Assurez-vous qu'ils comprennent que leurs jouets et leurs vêtements auront une place dans la nouvelle maison.
- Faites tout pour que les habitudes alimentaires et les heures du coucher de votre enfant restent les mêmes. Assurez-vous qu'il n'oublie pas sa couverture ou son jouet préféré.
- En fonction de l'âge, de la personnalité et de la sécurité de votre enfant, vous pouvez décider de l'emmener avec vous le jour du déménagement ou de le confier à un ami ou à un membre de la famille. Certains enfants le trouvent excitant tandis que d'autres sembleront complètement perdus. Certains auront moins peur en restant avec leurs parents le jour du déménagement.



Après le déménagement

- Rendez votre nouvelle maison plus accueillante en aménageant l'espace de votre enfant dès que possible. Des repas, des livres et de la musique familiers peuvent l'aider à se sentir chez lui.
- Attendez avant de proposer d'autres changements, dont l'apprentissage de la propreté ou le passage du berceau au lit, jusqu'à ce que l'enfant se sente chez lui dans la nouvelle maison.
- Encouragez votre enfant à partager ses sentiments. Il peut arriver qu'il ne comprenne qu'après le déménagement qu'il ne fréquentera plus son ancienne école et ne reverra pas son ancien quartier ou ses anciens amis.
- Aidez votre enfant à s'intégrer dans sa nouvelle communauté en rencontrant de nouveaux voisins. Profitez des ressources communautaires telles que les heures de lecture des histoires à la bibliothèque.
- S'il est en maternelle, discutez avec l'enseignant des moyens de faciliter son entrée en classe.
- N'oubliez pas que les recherches indiquent que les enfants et les adultes peuvent attendre jusqu'à 16 mois pour s'adapter à un déménagement. Les deux premières semaines sont généralement les plus stressantes.
- Soyez patient si votre enfant est plus collant que d'habitude. Sa prudence vis-à-vis des étrangers peut être un signe de son attachement à sa famille. Certains comportements typiques d'enfants plus jeunes que lui se manifestent.
- Veillez à rassurer souvent votre enfant en lui disant que vous l'aimez et que vous serez là pour prendre soin de lui dans sa nouvelle maison.

English Title: Old Home, New Home, Our Home



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education